



# わかすぎ新聞

第25号

令和2年

8月28日

## 株式会社ありがとうの理念

自分で歩く事・食べる事・そして笑顔で生きる事、  
利用者様を幸せにする  
そして私達自身も幸せになります。

### 🎵皆勤賞の表彰をさせていただきました🎵

令和2年1月～令和2～6月の期間（1年、1年半、2年の方もいらっしゃいます♪）

全員載せられずにすみません



日本各地で猛暑日が連続し、熱中症に倒れる人が増えています。特に今年はコロナウイルス感染症予防の対策を求められる中、マスクの着用による体調への影響も心配ですよね。熱のこもる室内での熱中症を防ぐには、エアコンを使って上手に室温をコントロールしていくことが大切です。そこで以外と間違いやすいエアコンの節約方法を参考にしてみてください。

### ☀️間違ったエアコン節約術 1: エアコンフィルターはシーズン前のお手入れで十分

中々できないのがフィルター掃除ではないでしょうか？高い所にあるフィルターの取り外しを面倒に思う気持ち分かります。しかし、フィルターが埃でつまってしまうと、冷暖房の効きが悪くなり無駄な電気を使うこととなります。目安は、2週間に1度と言われており、フィルターを掃除するだけで冷房時は約4%、暖房時は約6%の節電になります。

### ☀️間違ったエアコン節約術 2: 自動モードは電気代が高くなるから使わない

エアコンは「命令どおりに全力運転する」機械です。一度設定温度に到達すれば消費電力は少なくなるため、なるべく短い時間で設定温度にした方が電気代を安くできることとなります。それなら強風運転モードで一気に冷やす方が節約になると思いがちですが、うっかり強風運転モードのまま忘れて放置してしまいがちなことや、モード設定切替時の電力消費などを加味すると、自動で風量を調節してくれる自動運転に軍配が上がります。逆に弱風や微風といった運転モードでは、設定温度に到達するまでに時間を要するため、節約をするどころか、かえって電気代がかかってしまうケースも多いようです。やはり、設定温度になるまでは強風で、それ以降は微風などに切り替え運転してくれる自動運転モードのほうが、結果的に節電・節約につながりやすいと言えます。

### ☀️間違ったエアコン節約術 3: こまめにスイッチを切る

節電を考えてエアコンをこまめに切る人もいるかもしれませんが、先ほども説明したように設定温度に到達するまでの消費電力が大きいことに加え、スイッチのオン・オフでも多くの電気を使うとされています。エアコンをオフにして何度も室内の温度を変えてしまえば、それだけ電気代がかさむ可能性が出てきてしまいます。よほど冷暖房が効きすぎない限り、自動運転でエアコンにお任せした方が節約につながるケースは多いようです。

### ☀️間違ったエアコン節約術 4: 冷房中に換気扇を使うのは意味がない

「エアコンは換気をしている」このような誤解を信じている方は意外と多いようです。しかし、基本的にエアコンには換気機能がありません。エアコンと換気扇は全く別の機能で働いています。夏はエアコンのきいた部屋を閉め切ることが多く、その中で長時間過ごせば空気は汚れていきます。身体の健康のためにも、換気を心がけることが大切です。



#### 橋本より一言

連日35℃を越える猛暑とコロナ禍の中様々なイベントが中止になり、お墓参りすら容易にできないなど、今年はいつもと違う夏を過ごされたのではないのでしょうか？我々スタッフも体調管理や感染防止の徹底に努め、この新型コロナが収束するまで不安なく利用できるよう頑張っていきますね。



リハビリサービスわかすぎ 0776-33-0708